The background of the cover is a detailed, sepia-toned map of São Paulo, Brazil, showing a network of trails and roads. The map is centered on the city and extends to the edges of the cover. The text is overlaid on this map.

**Passaporte para as  
Trilhas de São Paulo  
2ª Edição**

**GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO  
SECRETARIA DO MEIO AMBIENTE  
São Paulo/2018**

**Ficha Técnica I**

**Governo do Estado de São Paulo**

**Secretaria de Estado do Meio Ambiente**

**Fundação para a Conservação e a Produção Florestal do  
Estado de São Paulo (Fundação Florestal)**

**Secretaria de Estado do Meio Ambiente / 2018**

Av. Prof. Frederico Hermann Jr. 345 - Alto de Pinheiros

CEP: 05459-900 - São Paulo-SP

Fone: (11) 3133.3000

[www.ambiente.sp.gov.br](http://www.ambiente.sp.gov.br)

Informações sobre o Programa: [www.trilhasdesaopaulo.sp.gov.br](http://www.trilhasdesaopaulo.sp.gov.br)

## **Para levar na memória**

A Secretaria do Meio Ambiente criou uma ferramenta para o desenvolvimento do turismo sustentável em nosso Estado, com a publicação desse passaporte. O objetivo: registrar a experiência inesquecível que é uma visita às nossas Áreas Naturais Protegidas.

O resultado está em suas mãos: o Passaporte para as Trilhas de São Paulo 2ª Ed. Ele é o seu convite para conhecer 22 trilhas em 18 Áreas Naturais Protegidas. Sendo um passaporte, depois da visita, não se esqueça de carimbá-lo.

Percorrer as trilhas é redescobrir a importância da preservação ambiental e, mais que isso, um momento para você se sentir parte da natureza. Por isso, você é responsável por tudo o que encontrar pelo caminho... E que lá deve permanecer.

Durante o passeio, registre tudo, compartilhe com os amigos e guarde na memória. Nas trilhas, deixe apenas suas pegadas. A natureza agradece.

**Boa caminhada!**

**Secretaria do Meio Ambiente**

## O Brasil como ele era

No princípio, era a mata.

O Brasil ainda nem havia nascido e ela já estava lá, cobrindo toda a nossa costa, de norte a sul. Os povos que aqui habitavam sabiam da importância da floresta para a sua sobrevivência, mas a colonização que se seguiu impôs, ao longo dos séculos, a consequente abertura de trilhas que ajudaram a edificar as cidades.

Mas a mata e o cerrado resistiram. E ainda resistem, graças à nossa preocupação em preservar e aumentar nossa cobertura vegetal. O Estado de São Paulo é o campeão de preservação da Mata Atlântica.

Nossa mais importante missão é manter intacta sua exuberância e biodiversidade. Em todas elas existem trilhas que nos remetem àquele Brasil distante. Visitá-las é uma questão de atitude, de mochila nas costas e pé na estrada.

Para tanto, a Secretaria do Meio Ambiente do Estado de São Paulo elaborou o novo Passaporte para as Trilhas de São Paulo. A primeira edição do Passaporte Trilhas de SP, em 2008, criou a oportunidade para o ecoturista se aventurar em diferentes trilhas e entrar em contato com a exuberante vegetação da Mata Atlântica e do Cerrado.

Depois de 10 anos, a Secretaria do Meio Ambiente, a Secretaria de Turismo e a Fundação Florestal criaram a segunda edição do Passaporte para as Trilhas de São Paulo voltado para o público familiar.

Agora, as trilhas estão separadas por Regiões Turísticas<sup>1</sup>, organizadas por parques, facilitando a montagem de seus roteiros, e acessíveis a um número maior de visitantes, juntamente com uma maior interatividade com o usuário.

<sup>1</sup> - definida pela Secretaria do Turismo

## Trilhas de São Paulo: Venha conhecer para conservar!

Selecionamos 22 trilhas situadas em 18 Áreas Naturais Protegidas do Estado, apresentadas neste Passaporte com informações básicas.

Antes de começar sua aventura, visite o site:

**[www.trilhasdesaopaulo.sp.gov.br](http://www.trilhasdesaopaulo.sp.gov.br)** para mais informações e acesse o conteúdo interativo, vídeos e imagens. Consulte outras opções de trilhas disponíveis nas áreas visitadas.

Faça fotos mostrando os atrativos, suas descobertas e compartilhe sua experiência. **Não se esqueça de carimbar seu passaporte e fazer uma selfie no atrativo principal de cada aventura, postando nas suas redes sociais usando as #trilhasdesp ou #parquessp!**

A cada ciclo de trilhas completado, você pode ganhar prêmios<sup>1</sup>! Entre no site e faça seu cadastro para ter direito a diferentes tipos de benefícios.

Verifique a distância, altimetria e o tempo previsto do percurso e escolha uma trilha de acordo com seu condicionamento físico. Caso nunca tenha feito nenhuma trilha, não se preocupe. Existem trilhas para iniciantes em caminhadas. Vale ressaltar que algumas trilhas estão preparadas para receber pessoas com mobilidade reduzida. Para os mais experientes, ou que estão em busca de maiores desafios, existem opções de trilhas mais longas nos parques estaduais.

Fique atento à necessidade de agendamento e horário de funcionamento de cada trilha. Em algumas situações, é necessário o acompanhamento de um monitor. Informe-se sobre a disponibilidade e formas de contratação.

As trilhas selecionadas estão bem demarcadas e identificadas com sinalização específica. Para sua segurança, permaneça nas trilhas durante todo o percurso.

Use roupas adequadas, calçados resistentes e confortáveis e na volta para casa traga apenas as lembranças do que vivenciou.

Pronto? Então, vamos viver essa experiência inesquecível.

**Boa aventura!**

<sup>1</sup> - Informações e regras no site [www.trilhasdesaopaulo.sp.gov.br](http://www.trilhasdesaopaulo.sp.gov.br).

## Tenha atenção especial

Pessoas alérgicas ou com doenças crônicas devem portar seus medicamentos e viajar em companhia de quem saiba ministrá-los. Em relação às crianças, evite levá-las às trilhas que, eventualmente, não consigam percorrer. Evite ainda transportar sacolas, malas e objetos nas mãos. Use mochilas.

Indicamos o uso de repelente para prevenir picadas de insetos, que podem transmitir doenças como a febre amarela. Respeite os macacos que vivem nas florestas, pois eles são parte da biodiversidade. Os macacos não transmitem o vírus da febre amarela e são tão vítimas quanto os humanos.

Tenha sempre em mente que estará em um ambiente natural, com comunicação difícil e distante dos serviços de socorro. Seja responsável!

As 18 Áreas Naturais Protegidas deste passaporte guardam mais de 477.000 hectares de remanescentes da Mata Atlântica e do Cerrado, que originalmente cobriam o estado. Além de preservar os ecossistemas naturais, essas áreas também desenvolvem pesquisas científicas, atividades de educação ambiental, ecoturismo e turismo de aventura.

Contamos com a sua colaboração. O acesso organizado a essas áreas é um direito de todos. Venha conhecer para conservar!

# Mínimo Impacto nas Trilhas

## 1. Planejamento é fundamental

Entre em contato com a administração do parque para saber todos os requisitos e os regulamentos para realizar a trilha. Informe-se sobre as condições climáticas do local.

Procure caminhar em pequenos grupos. Se for sozinho, avise um membro da família ou amigos próximos, além da administração do parque, pois são eles que vão notar a sua ausência. Escolha as atividades de acordo com seu condicionamento físico e seu nível de experiência. Tenha em mente que os ambientes naturais oferecem condições não controladas e são dinâmicos, podendo oferecer dificuldades e riscos para pessoas pouco preparadas.

Caso você não tenha experiência, não se arrisque. Entre em contato com empresas de ecoturismo e turismo de aventura da região e monitores credenciados.

## 2. Você é responsável por sua segurança

O resgate em ambientes naturais é complexo e os serviços médicos geralmente distantes. Mantenha as informações médicas de cada integrante do grupo sempre à disposição.

Em caso de necessidade, entre em contato com um funcionário do parque. Informe-se se há sinal de celular na trilha e grave o número telefônico da administração do parque.

Acidentes e agressões à natureza são causados por improvisações, negligência e uso inadequado de equipamentos. Tenha equipamento apropriado para cada situação e saiba utilizá-lo corretamente.

Leve itens essenciais como lanterna, agasalho, capa de chuva, chapéu ou boné, alimento, água, repelente e filtro solar. Proteja as pernas, usando de preferência calça com tecidos leves e flexíveis, além de botas ou calçados adequados.

Cuidado ao ingerir frutos que você não conheça, alguns deles podem ser tóxicos.

### **3. Cuide dos locais por onde passa**

Mantenha-se nas trilhas predeterminadas. Não utilize atalhos, pois eles favorecem a erosão e a destruição da vegetação. Além disso, você corre o risco de se perder.

### **4. Traga seu lixo de volta**

Se você pode levar uma embalagem cheia pode trazê-la vazia na volta. Nunca queime ou enterre seu lixo. Animais podem encontrá-los, confundindo-os com comida, o que pode prejudicá-los.

Utilize as instalações sanitárias existentes. Caso a área não disponha, cave um pequeno buraco com quinze centímetros de profundidade longe de fontes de água ou áreas de circulação. Não use sabão de nenhum tipo nos rios e nas fontes de água.

### **5. Deixe tudo em seu lugar**

Resista à tentação de levar “lembranças” para casa. Deixe pedras, flores, conchas etc. onde você as encontrou. Tire apenas fotografias. Deixe suas pegadas e leve apenas suas memórias.

### **6. Não faça fogueiras**

Fogueiras matam o solo e a vegetação, e representam um grande risco de incêndios florestais.



## **7. Respeite os animais e as plantas**

Observe os animais à distância e não tente espantá-los ou pegá-los. A proximidade pode ser interpretada como uma ameaça, provocando grande estresse e acidentes.

Nunca alimente os animais.

Não retire flores e plantas silvestres. Aprecie sua beleza no local, sem agredir a natureza e dando a mesma oportunidade a outros visitantes.

## **8. Seja cortês com outros visitantes e com a população local**

Caminhe em silêncio, preservando a tranquilidade e a sensação de harmonia com a natureza.

Trate os moradores da área com cortesia e respeito. Seja educado e comporte-se com cuidado para não os ofender. Aproveite para aprender algo sobre os hábitos e a cultura local.

Prefira contratar os serviços locais de hospedagem, monitoria, transporte e outros serviços, para que os recursos financeiros permaneçam na comunidade.

Deixe os animais de estimação em casa.

## Pé na Trilha e Olhos Abertos

### Você está prestes a começar a sua aventura!

Para sua trilha ficar ainda mais divertida, fique de olhos abertos, preste atenção em tudo que vai encontrar pelo caminho.

**Seja um investigador**, repare na vegetação, nos vestígios e nas interações ecológicas da natureza. Preste atenção nos detalhes, em cada cantinho, em cada pequena vida que você se deparar para auxiliar as suas observações durante a visita, participe do nosso Quiz!

Tire fotos das suas descobertas! Registre sua experiência no espaço existente no seu passaporte. Publique com as hashtags **#trilhasdesp** **#parquessp**, para encontrar outros aventureiros como você!

**1.** Preste atenção no ambiente ao seu redor... Você consegue dizer em qual ecossistema a trilha que você fez pertence?

(Pode ser mais de uma, a resposta correta estará em nosso site [www.trilhasdesaopaulo.sp.gov.br](http://www.trilhasdesaopaulo.sp.gov.br))

**1.1.** Cerrado Sentido Amplo (lato sensu)

**1.2.** Campo Limpo

**1.3.** Campo Sujo

**1.4.** Campo Rupestre

**1.5.** Cerrado Sentido Restrito (stricto sensu)

**1.6.** Cerradão

**1.7.** Campos de Altitude

**1.8.** Matas Ciliares

**1.9.** Floresta Decídua

**1.10.** Floresta Semidecídua

**1.11.** Floresta Ombrófila Densa

**1.12.** Floresta Ombrófila Mista (Mata de Araucárias)

**1.13.** Mangues.

**1.14.** Restinga

**1.15.** Vegetação pioneira de dunas

**DICA:** Em cada Trilha deste passaporte, está identificado o Bioma a qual ela pertence.

Os biomas brasileiros são: Mata Atlântica, Cerrado, Amazônia, Caatinga, Pantanal e Pampa.

**2.** Preste atenção em como todas as formas de vida, animais e vegetais, estão conectados entre si. O que você vê? Você consegue dizer que tipos de interações ecológicas você viu em cada trilha?

(Não há resposta exata, você pode ter testemunhado uma ou mais de uma)

**2.1.** Indivíduos da mesma espécie que cooperam entre si por meio de divisão de trabalho = Sociedade

**2.2.** Relação de abrigo ou suporte entre indivíduos de espécies diferentes, em que apenas uma delas se beneficia sem prejudicar ou beneficiar a outra = Inquilinismo

**2.3.** Relação entre indivíduos de espécies diferentes, em que as duas espécies são beneficiadas e a associação é necessária para a sobrevivência de ambas = Mutualismo

**2.4.** Relação em que seres da mesma espécie ou de espécies diferentes disputam por recursos do meio que não existem em quantidades suficientes para todos (alimento, território, reprodução, luz) = Competição

**2.5.** Relação mantida por indivíduos de espécies diferentes, na qual um organismo captura e mata outro para se alimentar = Predatismo

**3.** Preste atenção em como muitas vezes, nós humanos, deixamos rastros ruins na natureza. Você viu algum desses vestígios que não pertencem à mata original?

(Não há resposta exata, você pode ter testemunhado uma ou nenhuma)

Exemplos: • Resíduos • Objetos abandonados • Restos de fogueira • Estalactites ou estalagmites quebradas ou arrancadas (no caso de cavernas) • Pichação em rochas ou troncos.

• Outros \_\_\_\_\_

Tire fotos, anote no seu passaporte e compartilhe conosco!

(#trilhasdesp #parquessp)

Se puder, nos ajude a limpar e também a conservar! Agradecemos por manter o local limpo!

**4.** Preste atenção em como muitas vezes, os animais da floresta deixam rastros na natureza. Por acaso, você viu algum desses vestígios?

(Não há resposta certa, você pode ter testemunhado uma ou mais de uma)

Exemplos: • Restos de alimentos (frutos comidos ou folhas rasgadas) • Pegadas • Restos de animais • Cheiros • Fezes • Marcas nos troncos • Buracos, ou escavações no solo

• Outros \_\_\_\_\_

Se viu, consegue identificar qual animal deixou os vestígios?

Tire fotos, anote no seu passaporte e compartilhe conosco!

(#trilhasdesp #parquessp)

## Sumário

### REGIÃO TURÍSTICA LAGAMAR

PARQUE ESTADUAL CAMPINA DO ENCANTADO  
TRILHA DA BREJAÚVA.....17

PARQUE ESTADUAL ILHA DO CARDOSO  
TRILHA DA CACHOEIRA GRANDE.....19

### REGIÃO TURÍSTICA CAVERNAS DA MATA ATLÂNTICA

PARQUE ESTADUAL INTERVALES  
TRILHA SISTEMA BOCAINA LAJEADO.....23

PARQUE ESTADUAL CAVERNA DO DIABO  
TRILHA DA CAVERNA DO DIABO.....25

PARQUE ESTADUAL TURÍSTICO DO ALTO RIBEIRA  
TRILHA DA CAVERNA SANTANA.....27

### REGIÃO TURÍSTICA ALTOS DE PARANAPIACABA


PARQUE ESTADUAL CARLOS BOTELHO - NÚCLEO SÃO MIGUEL ARCANJO  
TRILHA DAS BROMÉLIAS. .....31

### REGIÃO TURÍSTICA CAMINHOS DA MATA ATLÂNTICA

PARQUE ESTADUAL CARLOS BOTELHO - NÚCLEO SETE BARRAS  
TRILHA CACHOEIRA DO RIBEIRÃO BRANCO.....35

### REGIÃO TURÍSTICA CAPITAL

PARQUE ESTADUAL DAS FONTES DO IPIRANGA  
TRILHA DA NASCENTE. .....39

PARQUE ECOLÓGICO GUARAPIRANGA  
TRILHA DA VIDA. .....41

PARQUE ESTADUAL JARAGUÁ  
TRILHA DO SILÊNCIO.....43

PARQUE ESTADUAL CANTAREIRA - NÚCLEO PEDRA GRANDE  
TRILHA DA PEDRA GRANDE.....45

## **REGIÃO TURÍSTICA COSTA DA MATA ATLÂNTICA**

PARQUE ESTADUAL SERRA DO MAR – NÚCLEO CAMINHOS DO MAR  
TRILHA MONUMENTOS HISTÓRICOS.....49

## **REGIÃO TURÍSTICA LITORAL NORTE PAULISTA**

PARQUE ESTADUAL ILHA ANCHIETA  
TRILHA DA PRAIA DO SUL.....53

PARQUE ESTADUAL SERRA DO MAR - NÚCLEO CARAGUATATUBA  
TRILHA DAS PALMEIRAS. .....55

PARQUE ESTADUAL SERRA DO MAR – NÚCLEO SANTA VIRGÍNIA  
TRILHA DA PIRAPITINGA.....57

PARQUE ESTADUAL ILHABELA  
TRILHA DA ÁGUA BRANCA.....59

PARQUE ESTADUAL SERRA DO MAR – NÚCLEO SÃO SEBASTIÃO  
TRILHA DO SÍTIO ARQUEOLÓGICO DO SÃO FRANCISCO.....61

## **REGIÃO TURÍSTICA MANTIQUEIRA PAULISTA**

PARQUE ESTADUAL CAMPOS DO JORDÃO  
TRILHA DO RIO SAPUCAI.....65

MONUMENTO NATURAL PEDRA DO BAÚ  
TRILHA DO BAUZINHO.....67

## **REGIÃO TURÍSTICA HISTÓRIAS E VALES**

PARQUE ESTADUAL PORTO FERREIRA  
TRILHA DAS ÁRVORES GIGANTES.....71

## **REGIÃO TURÍSTICA LAGOS DO RIO GRANDE**

PARQUE ESTADUAL FURNAS DO BOM JESUS  
TRILHA DO MIRANTE.....75


## **REGIÃO TURÍSTICA PONTAL PAULISTA**

PARQUE ESTADUAL MORRO DO DIABO  
TRILHA DO BARREIRO DA ANTA.....79

## REGIÃO TURÍSTICA LAGAMAR

Municípios da região: Cananeia, Iguape, Ilha Comprida, Pariqueira-Açu e Pedro de Toledo.





**Trilha da Brejaúva**  
**Trilha da Cachoeira Grande**





# Trilha da Brejaúva

## Parque Estadual Campina do Encantado

Pariquera-Açu

Rua Santo Saletti, 262

(13) 3856-1002 / 3856-2267

pe.campinadoencantado@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 1 km (circular)

**Tempo:** 30 minutos

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Flora local: guaricica, palmito, brejaúvas e palmáceas. Fauna local: macacos-pregos, bugios, arapongas e iraras (Papa-méis)

**Funcionamento:** terça a domingo (trilha: das 9h às 16h; parque: das 8h às 17h)

---

---

Anotações



Altitude: 18 até 19m

A red line starts from the text, goes down, then left, then down again to a red dot on the brown ground graphic at the bottom of the page.



# Trilha da Cachoeira Grande

## Parque Estadual Ilha do Cardoso

Cananeia

Av. Prof. Wladimir Besnard, s/n, Bairro Morro São João  
(13) 3851-1163 / 3851-1108

pe.ilhacardoso@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 2 km (ida e volta)

**Tempo:** 1h30 de trilha + 1h de barco de Cananeia

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** ruínas do período pré-colonial e Cachoeira Grande

**Funcionamento:** segunda a domingo (trilha: das 9h às 16h; parque: das 8h às 17h). Necessário agendamento prévio no parque e acompanhamento de monitores. Recomenda-se a contratação de embarcações cadastradas no parque.

---

---

Anotações




Altitude: 6 até 92m

A red line starts from the text 'Altitude: 6 até 92m', goes down to a red dot, then goes right and then down again, ending at a red dot on the silhouette of the land.

## REGIÃO TURÍSTICA CAVERNAS DA MATA ATLÂNTICA

Municípios da região: Apiaí, Barra do Chapéu, Barra do Turvo, Cajati, Eldorado, Iporanga, Itaoca, Itapirapuã Paulista, Jacupiranga, Ribeira e Ribeirão Grande.



The background of the page is a detailed, sepia-toned topographic map of the Bocaina National Park area. The map shows a complex network of trails, roads, and geographical features. Several trails are highlighted with thicker lines, and some are marked with 'X' symbols. The map includes contour lines and various labels, though they are faint and difficult to read. The overall appearance is that of an old, weathered document.

**Trilha Sistema Bocaina Lajeado**  
**Trilha da Caverna do Diabo**  
**Trilha da Caverna Santana**



# Trilha Sistema Bocaina Lajeado

## Parque Estadual Intervales

Ribeirão Grande

Estrada Municipal, km 25

(15) 3542-1511 / 3542-1245

pe.intervales@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 14 km (opção 1: ida e volta) ou 5 km (opção 2: parte do percurso feito com veículo ou bike)

**Tempo:** 3h30 (opção 1) e 2h (opção 2)

**Atrativos:** Sistema de Cavernas (Santa, Jane Mansfield, Fendão e Mãozinha)

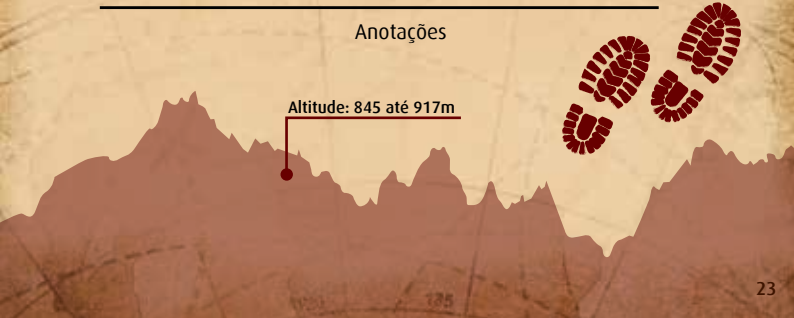
**Funcionamento:** terça a domingo (trilha: das 9h às 16h; parque: das 8h às 17h). Necessário acompanhamento de monitor mediante agendamento prévio.

---

---

Anotações

Altitude: 845 até 917m

The bottom section of the page features a silhouette of a mountain range in a reddish-brown hue. To the right of the mountains, there are two large, stylized red footprints, one slightly above and to the right of the other, suggesting a hiking trail. A red line with a dot at the end points from the text 'Altitude: 845 até 917m' to a specific peak in the mountain range.





# Trilha da Caverna do Diabo

## Parque Estadual Caverna do Diabo

Rod SP 165, km 111+5 km Bairro André Lopes, Eldorado  
(13) 3871-1242 / 3871-3318 / 3871-0259  
pe.cavernadiabo@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 1.200 m (ida e volta na Caverna)  
+ 1 km (ida e volta no acesso à caverna)

**Tempo:** 1h20

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** espeleotemas, estalactites,  
estalagmites e travertinos


**Funcionamento:** terça a domingo (trilha: das 8h  
às 17h; parque: das 8h às 17h). Necessário acompanha-  
mento de monitor, disponível no local.

---

---

Anotações

Altitude: 484 até 467m





# Trilha da Caverna Santana

## Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira - PETAR

### Núcleo Santana

Apiáí e Iporanga  
Av. Isidoro Alpheu Santiago, 364  
(15) 3552-1875  
petar@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 120 m (ida e volta do acesso à caverna)  
+ 495 m (ida e volta na caverna)

**Tempo:** 10 minutos + 1h30

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Caverna Santana e espeleotemas

**Funcionamento:** terça a domingo (caverna: das 8h às 15h; parque: das 8h às 17h). Necessário acompanhamento de monitor, disponível no local.

---

---

Anotações


Altitude: 261 até 269m



## REGIÃO TURÍSTICA ALTOS DE PARANAPIACABA

Municípios da região: Piedade, Pilar do Sul, São Miguel Arcanjo e Tapiraí.





**Trilha das Bromélias**



# Trilha das Bromélias

## Parque Estadual Carlos Botelho



São Miguel Arcanjo  
Rodovia SP-139, km 78,4  
(15) 3279-0483  
pe.carlosbotelho@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 250 m (circular)

**Tempo:** 20 minutos

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** trilha suspensa e bosque de araucárias, trilha inclusiva.

**Funcionamento:** terça a domingo (trilha: das 9h às 16h; parque: das 8h às 17h).

---

---

Anotações




Altitude: 790 até 785m

## REGIÃO TURÍSTICA CAMINHOS DA MATA ATLÂNTICA

Municípios da região: Itariri, Juquiá, Miracatu, Registro e Sete Barras.







**Trilha Cachoeira do Ribeirão Branco**



# Trilha Cachoeira do Ribeirão Branco

## Parque Estadual Carlos Botelho

### Núcleo Sete Barras

Sete Barras

Rodovia SP-139, km 45

(15) 3279-0483

pe.carlosbotelho@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 10 km (ida e volta)

**Tempo:** 3h30

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Cachoeira do Ribeirão Branco e Poço Ribeirão da Serra

**Funcionamento:** terça a domingo (trilha: das 9h às 16h; parque: das 8h às 17h).

---

---

Anotações




Altitude: 85 até 112m

## REGIÃO TURÍSTICA CAPITAL

Municípios da região: São Paulo.





**Trilha da Nascente**  
**Trilha da Vida**  
**Trilha do Silêncio**  
**Trilha da Pedra Grande**



# Trilha da Nascente

## Parque Estadual das Fontes do Ipiranga



São Paulo

Av. Miguel Stéfano, 3031

(11) 5067-6219 / 5067-6220 / 5067-6221

faleconosco@ibot.sp.gov.br

**Extensão:** 720 m (ida e volta)

**Tempo:** 30 minutos

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Nascente do córrego Pirarungáua, que forma o Riacho Ipiranga. Trilha inclusiva.

**Funcionamento:** terça a domingo (trilha: das 9h às 16h; parque: das 8h às 17h).

---

---

Anotações



Altitude: 801 até 813m



Além  
do lago há  
um barbeque



# Trilha da Vida

## Parque Ecológico Guarapiranga



São Paulo  
Estrada da Riviera, 3286  
(11) 5517-6707  
peguarapiranga@sp.gov.br

**Extensão:** 50 m (ida e volta)

**Tempo:** 1h30

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** trilha sensorial e inclusiva

**Funcionamento:** terça a domingo (trilha: das 9h às 14h; parque: das 8h às 17h). Necessário agendamento prévio.

---

---

Anotações



Altitude: 743 até 743m

# TRILHA DO SILÊNCIO



# Trilha do Silêncio

## Parque Estadual Jaraguá



São Paulo

Rua Antônio Cardoso Nogueira, 539

(11) 3941-2162 / 3945-4532

pe.jaragua@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 700 m (ida e volta)

**Tempo:** 30 minutos

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Tamboril - árvore de grande porte, espécie nativa da flora local. Trilha inclusiva

**Funcionamento:** segunda a domingo (trilha: das 7h às 16h; parque: das 7h às 17h)

---

---

Anotações



Altitude: 798 até 811m





# Trilha Pedra Grande

## Parque Estadual Cantareira

### Núcleo Pedra Grande



São Paulo

Rua do Horto, 1799

(11) 2203-3266

pe.cantareira@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 10 km (ida e volta)

**Tempo:** 3h

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Vista panorâmica de São Paulo


**Funcionamento:** segunda a sexta: apenas escolas sob agendamento. Sábado, domingo e feriados: público em geral (trilha: das 8h às 15h; parque: das 8h às 17h).

Altitude: 836 até 1.021m

## REGIÃO TURÍSTICA COSTA DA MATA ATLÂNTICA

Municípios da região: Bertioga, Cubatão, Santos, Itanhaém, Mongaguá, Peruíbe, Praia Grande, Guarujá e São Vicente.





**Trilha Monumentos Históricos**





# Trilha Monumentos Históricos Parque Estadual Serra do Mar Núcleo Caminhos do Mar

São Bernardo do Campo e Cubatão

Rodovia SP-148, km 42

(11) 2997-5000 ramal: 356

agendamentocaminhosdomar@fflorestal.sp.gov.br



**Extensão:** 9,5 km (opção 1: somente trecho de ida com retorno por meio de transporte próprio);  
(opção 2: ida e volta percorrendo metade do percurso)

**Tempo:** 4h

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Monumentos Históricos da Estrada Velha de Santos.

**Funcionamento:** quinta a domingo mediante agendamento (trilha: a partir das 9h)

---

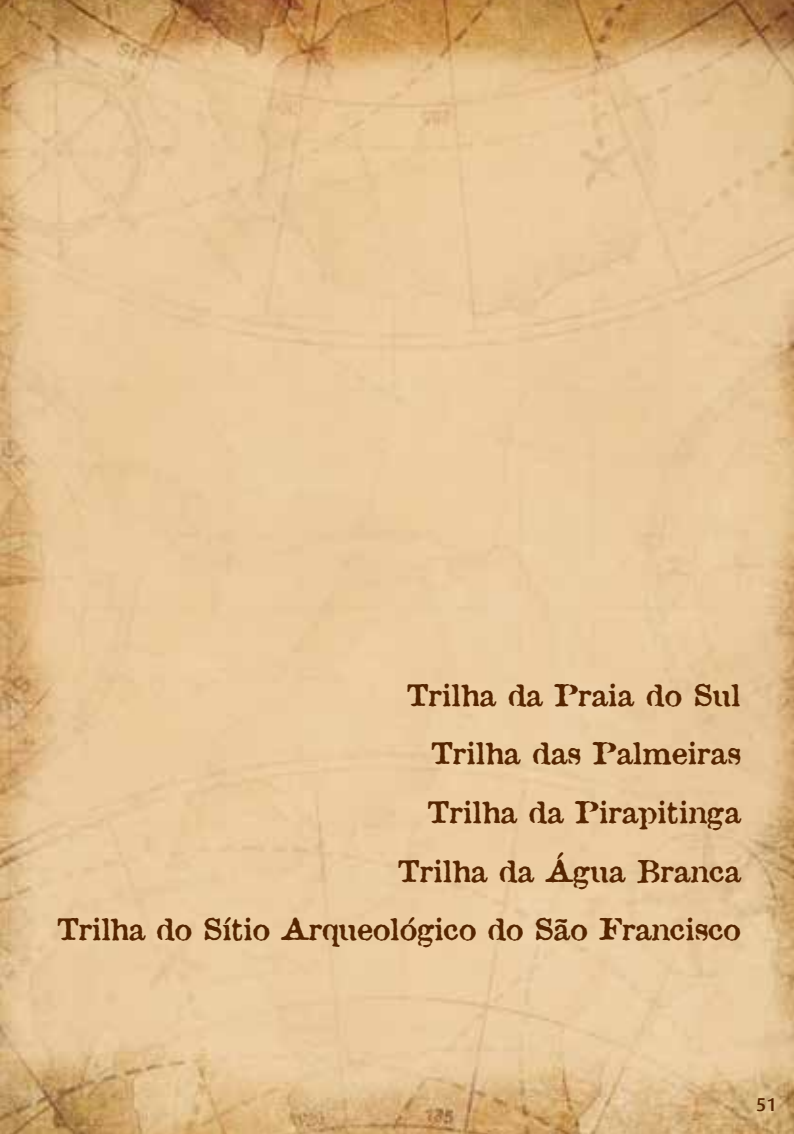
Anotações

Altitude: 739 até 53m

## REGIÃO TURÍSTICA LITORAL NORTE PAULISTA

Municípios da região: Caraguatatuba, Ilhabela, São Sebastião e Ubatuba.





**Trilha da Praia do Sul**  
**Trilha das Palmeiras**  
**Trilha da Pirapitinga**  
**Trilha da Água Branca**  
**Trilha do Sítio Arqueológico do São Francisco**



# Trilha da Praia do Sul

## Parque Estadual Ilha Anchieta

Ubatuba

Av. Plínio de França, 85

(12) 3842-1231

pe.ilhaanchieta@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 3,2 km (ida e volta)

**Tempo:** 2h30

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** mirante panorâmico “Costão das Palmas”; praia do Sul.

**Funcionamento:** segunda a domingo (trilha e parque: das 9h às 17h nos meses de dezembro, janeiro e fevereiro); quinta a terça (trilha e parque: das 9h às 17h nos demais meses do ano)

---

---

Anotações

Altitude: 7 até 17m




Foto Mauro Castex



# Trilha das Palmeiras

## Parque Estadual Serra do Mar

### Núcleo Caraguatatuba



Caraguatatuba  
Rua Horto Florestal, 1200  
(12) 3882-5999  
pesm.caragua@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 1 km (ida e volta)

**Tempo:** 30 minutos

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Rio Santo Antônio com piscina natural e palmeiras nativas, trilha inclusiva.

**Funcionamento:** terça a domingo (trilha: das 9h às 12h e das 13h30 às 17h; parque: das 8h às 17h).  
Necessário agendamento prévio.

---

---

Anotações

Altitude: 57 até 70m







# Trilha da Pirapitinga

## Parque Estadual Serra do Mar

### Núcleo Santa Virgínia

São Luiz do Paraitinga  
Rodovia Oswaldo Cruz, km 78 + 3Km  
(12) 3671-9159 / 3671-9266  
pesm.santavirginia@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 6 km (circular)

**Tempo:** 4h

**Bioma:** Mata Atlântica



**Atrativos:** Cachoeira da Andorinha, Poço do Peixe Grande, Casa de Pedra, encontro do Rio Ipiranga com Paraibuna, Cachoeira do Salto Grande, Cachoeira do Saltinho e Mirante do Vale do Rio Paraibuna.

**Funcionamento:** quarta a domingo (trilha: das 9h às 16h; parque: das 8h às 17h). Necessário agendamento prévio.

---

---

Anotações

Altitude: 910 até 1.165m



# Trilha da Água Branca

## Parque Estadual Ilhabela

Ilhabela

Estrada Parque Castelhanos

(12) 3896-2585 / 3896-1646

pe.ilhabela@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 2,8 km (ida e volta)

**Tempo:** 1h30

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Poço da Pedra, Poço da Escada, Poço da Ducha, Poço do Jequitibá e Poço do Jabuti.

**Funcionamento:** segunda a domingo (trilha: das 8h às 16h; parque: das 8h às 17h).

---

---

Anotações



Altitude: 232 até 357m

A red line starts from the text 'Altitude: 232 até 357m', goes down to a red dot, then horizontally to the right, and finally up to a red dot on the silhouette of a mountain range at the bottom of the page.



# Trilha do Sítio Arqueológico do São Francisco

## Parque Estadual Serra do Mar Núcleo São Sebastião



São Sebastião

Rua Serra do Mar, 13

(12) 3863-1707

pesm.saosebastiao@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 3 km (ida e volta)

**Tempo:** 2h

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Sítio Arqueológico datado do fim do século XVIII contando com ruínas de aquedutos, terraços, fornos e oratórios.

**Funcionamento:** trilha (segunda a sexta das 8h às 13h); parque (segunda a sexta das 8h às 17h).  
Necessidade agendamento prévio.

---

---

Anotações


Altitude: 38 até 269m

A red line starts from the text 'Altitude: 38 até 269m', goes down to a red dot, then continues horizontally to the right, ending at a vertical line that drops down to a red dot on the silhouette of a mountain range.

## REGIÃO TURÍSTICA MANTIQUEIRA PAULISTA

Municípios da região: Campos do Jordão, Monteiro Lobato, Pindamonhangaba, Santo Antonio do Pinhal, São Bento do Sapucaí e São José dos Campos.





**Trilha do Rio Sapucaí**  
**Trilha do Bauzinho**





# Trilha do Rio Sapucaí

## Parque Estadual Campos do Jordão

Campos do Jordão

Av. Pedro Paulo, s/n

(12) 3663-1977 / 3663-3762 / 3663-3804

pe.camposdojordaoup@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 2,6 km (circular)

**Tempo:** 1h20

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Vale de Araucárias com araucária centenária e rio Sapucaí.

**Funcionamento:** quinta a terça (fechado as quartas, exceto nos meses de janeiro, junho, julho e feriados)  
(trilha: das 9h às 16h; parque: das 8h às 17h)

---

---

Anotações



Altitude: 1.528 até 1.528m



# Trilha do Bauzinho

## Monumento Natural Estadual Pedra do Baú

São Bento do Sapucaí  
Estrada Municipal do Bauzinho, km 6  
(12) 3663-1977 / 3663-3762  
mona.pedradobau@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 500 m (ida e volta)

**Tempo:** 20 minutos

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Cume do Bauzinho com vista para: Serra da Mantiqueira, São Bento do Sapucaí e Campos do Jordão


**Funcionamento:** segunda a domingo (trilha: das 8h às 18h).

---

---

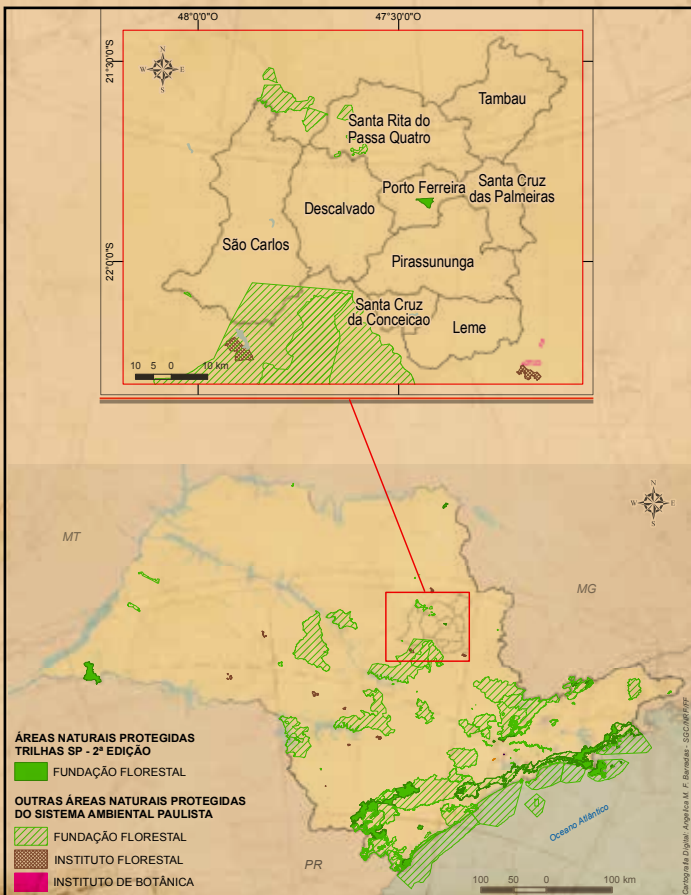
Anotações


Altitude: 1.776 até 1.734m



## REGIÃO TURÍSTICA HISTÓRIAS E VALES

Municípios da região: Descalvado, Leme, Pirassununga, Porto Ferreira, Santa Cruz da Conceição, Santa Cruz das Palmeiras, Santa Rita do Passa Quatro, São Carlos e Tambaú.





**Trilha das Árvores Gigantes**



Foto Mauro Castex

# Trilha das Árvores Gigantes

## Parque Estadual Porto Ferreira

Porto Ferreira

Rod. Dr. Paulo Lauro (SP 215), km 90

(19) 3581-2319

pe.pferreira@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 5,6 km (ida e volta)

**Tempo:** 2h

**Bioma:** Mata Atlântica de Interior e Cerrado

**Atrativos:** Ribeirão dos Patos e árvores de grande porte como jequitibá-rosa secular, cedros, perobas e figueiras

**Funcionamento:** Segunda a sexta: até as 14h e  
Final de semana: até as 15h

---

---

Anotações



Altitude: 610 até 571m


A red line graphic showing an altitude profile. It starts with a red dot on a brown silhouette of a mountain range, then goes up and then down, with a horizontal line segment at the top labeled 'Altitude: 610 até 571m'.

## REGIÃO TURÍSTICA LAGOS DO RIO GRANDE

Municípios da região: Aramina, Batatais, Franca, Guará, Ituverava, Miguelópolis, Nuporanga, Orlandia, Patrocínio Paulista, São José da Bela Vista, Sales Oliveira, Santo Antônio da Alegria e São José da Bela Vista.







**Trilha do Mirante**



# Trilha do Mirante

## Parque Estadual Furnas do Bom Jesus

Pedregulho

Av. Orestes Quércia, km 0,7

(16) 3171-1118

pe.furnas@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 1 km (ida e volta)

**Tempo:** 20 minutos

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Paredões revestidos pela floresta estacional e Mirante das Furnas em torre de observação.

**Funcionamento:** terça a domingo  
(trilha: das 8h às 16h; parque: das 8h às 17h).

---

---

Anotações




Altitude: 1.005 até 972m

## REGIÃO TURÍSTICA PONTAL PAULISTA

Municípios da região: Iepê, Mirante do Paranapanema, Pirapozinho, Rosana, Taciba e Teodoro Sampaio.





**Trilha do Barreiro da Anta**



Foto Helder Faria

# Trilha do Barreiro da Anta

## Parque Estadual Morro do Diabo

Teodoro Sampaio  
Rodovia SPV-028, Km 11  
(18) 3282-1599  
pe.mdiabo@fflorestal.sp.gov.br

**Extensão:** 1,6 km (circular)

**Tempo:** 45 minutos

**Bioma:** Mata Atlântica

**Atrativos:** Trilha suspensa sobre lagoa intermitente e observação da fauna.

**Funcionamento:** terça a domingo  
(trilha: das 9h às 16h; parque: das 8h às 17h). Necessário agendamento prévio.

---

---

Anotações



Altitude: 273 até 279m

## Ficha Técnica II

### Organizadores:

Daniela Midori Kaneshiro  
Dirceu Rodrigues  
Fernanda Nader  
Mauro Castex  
João Mauro Azevedo Carrillo

### Estagiárias:

Joana Eduarda Pereira Santos Silva e Ana Luiza Ribeiro Ferreira

### Apoio de Divulgação:

Ingrid Dara Lima  
Fernando Hisi Panhoca  
Marcelo Terenzi  
Marcelle Souza de Andrade Nito

**Planejamento Gráfico/Direção de Arte /Diagramação:** Thiago Mulatti

**Revisão de Texto:** Maria Cristina de Souza Leite

**Mapa:** Angélica M.F. Barradas

### Agradecimentos:

O Passaporte para as Trilhas de São Paulo foi elaborado com contribuições de muitas pessoas. Sem elas, os caminhos se tornariam mais difíceis de serem percorridos. No final desta nossa “trilha”, só temos a agradecer aos servidores das secretarias do Meio Ambiente, de Turismo e da Fundação Florestal que possibilitaram esta segunda edição. Nosso muito obrigado! Para os que se manifestaram pela ouvidoria nossos agradecimentos pela participação e colaboração.

Aos gestores e aos funcionários dos Parques e das Áreas Protegidas, um especial agradecimento pela força e destreza em conciliar a visitação com a conservação.

### CATALOGAÇÃO NA FONTE:

**Autor:** SECRETARIA DO MEIO AMBIENTE/FUNDAÇÃO FLORESTAL

**Título do Passaporte:** Passaporte para as Trilhas de São Paulo 2ª Ed.

**Editores:** Secretaria do Meio Ambiente do Estado de São Paulo

**Páginas:** 80

**Tamanho:** 10 x 15 cm

**Notas:** A presente publicação é um produto do “Programa Trilhas de São Paulo”

**Disponível:** [www.trilhasdesaopaulo.sp.gov.br](http://www.trilhasdesaopaulo.sp.gov.br)

**Palavras-chaves/descriptores:** Ecoturismo, Trilhas, Caminhadas, Cavernas, Unidades de Conservação, Parques Estaduais, Florestas Estaduais, Turismo de Aventura, Mata Atlântica, Acessibilidade, Cerrado, Áreas Protegidas.